

## **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

### **A. Penyesuaian Sosial**

#### **1. Pengertian Penyesuaian Sosial**

Menurut Schneiders dalam bukunya yang berjudul “*Personal Adjustment and Mental Health*” (1984) yang memberikan definisi sebagai berikut: “*Sosial adjustment signifies the capacity to react affectively and wholesomely to social realities, situation and relations so that the requirements for social living are fulfilled in an acceptable and satisfactory manner*”. Makna definisi di atas dapat diartikan bahwa penyesuaian sosial merupakan kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup bermasyarakat dipenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan.

Seseorang yang memiliki penyesuaian yang baik adalah seseorang yang mampu merespon secara matang, efisien, memuaskan dan bermanfaat. Efisien maksudnya adalah apa yang dilakukannya memberikan hasil yang sesuai dengan apa yang diinginkannya tanpa banyak mengeluarkan energi, tidak membuang waktu, dan melakukan sedikit kesalahan. Sedangkan yang dimaksud dengan respon yang sehat adalah respon yang sesuai dengan keadaan diri individu, sesuai dengan hubungan dengan kerabat individu tersebut, dan sesuai dengan hubungan individu dengan Tuhan.

Pengertian penyesuaian sosial menurut Chaplin (2002) menyebutkan bahwa *social adjustment* (penyesuaian sosial) adalah; (1) penjalinan secara harmonis suatu relasi dengan lingkungan sosial; (2) mempelajari tingkah laku yang

diperlukan atau mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga cocok bagi suatu masyarakat sosial.

Yusuf (2011) mengungkapkan penyesuaian sosial sebagai kemampuan untuk mereaksi secara tepat terhadap realitas sosial, situasi dan relasi. Siswa dituntut untuk memiliki kemampuan baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial adalah kemampuan untuk bereaksi secara tepat, sehat dan memuaskan terhadap realitas sosial dan situasi lingkungan sosial dengan cara mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga tuntutan bermasyarakat akan harmonis, cocok dan diterima oleh orang banyak.

## **2. Aspek-aspek Penyesuaian Sosial**

Menurut Schneiders (1984), penyesuaian sosial memiliki beberapa aspek-aspek sebagai berikut:

### **a. *Recognition***

Adalah menghormati dan menerima hak-hak orang lain. Dalam hal ini individu tidak melanggar hak-hak orang lain yang berbeda dengan dirinya, untuk menghindari terjadinya konflik sosial. Menurut Schneiders ketika kita dapat menghargai dan menghormati hak-hak orang lain maka orang lain akan menghormati dan menghargai hak-hak kita sehingga hubungan sosial antar individu dapat terjalin dengan sehat dan harmonis.

### **b. *Participation***

Adalah Melibatkan diri dalam berelasi. Setiap individu harus dapat mengembangkan dan melihara persahabatan. Seseorang yang tidak mampu membangun relasi dengan orang lain dan lebih menutup diri dari relasi sosial akan menghasilkan penyesuaian diri yang buruk. Individu ini tidak memiliki ketertarikan untuk berpartisipasi dengan aktivitas dilingkungannya serta tidak mampu untuk mengekspresikan diri mereka sendiri, sedangkan bentuk penyesuaian akan dikatakan baik apabila individu tersebut mampu menciptakan relasi yang sehat dengan orang lain, mengembangkan persahabatan, berperan aktif dalam kegiatan sosial, serta menghargai nilai-nilai yang berlaku dimasyarakat.

1. *Social approval* adalah minat dan simpati terhadap kesejahteraan orang lain. Hal ini dapat merupakan bentuk penyesuaian diri dimasyarakat, dimana individu dapat peka dengan masalah dan kesulitan orang lain disekelilingnya serta bersedia membantu meringankan masalahnya. Selain itu individu juga harus menunjukkan minat terhadap tujuan, harapan dan aspirasi, cara pandang ini juga sesuai dengan tuntutan dalam penyesuaian keagamaan (*religious adjustment*).
2. *Altruisme* adalah Memiliki sifat rendah hati dan tidak egois. Rasa saling membantu dan mementingkan orang lain merupakan nilai-nilai moral yang aplikasi dari nilai-nilai tersebut merupakan bagian dari penyesuaian moral yang baik yang apabila diterapkan dimasyarakat secara wajar dan bermanfaat maka akan membawa pada penyesuaian

diri yang kuat. Bentuk dari sifat-sifat tersebut memiliki rasa kemanusiaan, rendah diri, dan kejujuran dimana individu yang memiliki sifat ini akan memiliki kestabilan mental, keadaan emosi yang sehat dan penyesuaian yang baik.

3. *Conformity* adalah Menghormati dan mentaati nilai-nilai integritas hukum, tradisi dan kebiasaan. Adanya kesadaran untuk mematuhi dan menghormati peraturan dan tradisi yang berlaku dilingkungan maka ia akan dapat diterima dengan baik dilingkungannya.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial**

Keberhasilan atau kegagalan siswa dalam proses penyesuaian sosialnya di sekolah berkaitan erat dengan faktor-faktor yang turut mempengaruhinya. Faktor-Faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial seseorang sangatlah rumit. Bagi siswa, usaha penyesuaian itu dapat menjadi pelik dalam perkembangan sosial pribadinya. Diungkapkan oleh Hurlock (1994) bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosialnya.

Menurut Schneider (1984), ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu:

- a. Kondisi fisik dan yang mempengaruhinya, mencakup hereditas, konstitusi fisik, system syaraf, kelenjar dan otot, kesehatan, penyakit dan sebagainya.
- b. Perkembangan dan kematangan, mencakup kematangan intelektual, sosial, moral dan emosional.

- c. Faktor psikologis, mencakup pengalaman, belajar, kebiasaan, *self determination*, frustrasi dan konflik.
- d. Kondisi lingkungan, mencakup lingkungan rumah, keluarga dan sekolah.
- e. Faktor kebudayaan dan agama. Faktor budaya juga diprediksikan ikut andil terhadap penyesuaian sosial individu, sebab latar belakang budaya akan mempengaruhi pembentukan sikap, nilai, dan norma seseorang (Schneiders, 1984). Individu yang hidup dalam lingkup budaya tertentu akan mengadaptasi nilai-nilai sosial yang didapat dari lingkungannya dan akan diterapkan dalam kehidupannya.

Menurut Ary, Andayani, & Sawitri (2014) dalam penelitiannya, faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial siswa antara lain; a) jenis kelamin, terdapat perbedaan penyesuaian sosial antara laki-laki dan perempuan, yaitu perempuan cenderung lebih mudah untuk melakukan penyesuaian sosial bila dibandingkan dengan laki-laki. b) inteligensi, tingkat inteligensi tinggi akan menunjukkan penyesuaian sosial yang lebih baik tanpa melihat perbedaan jenis kelaminnya, c) budaya, nilai budaya yang tertanam pada diri membentuk konsep diri yang mempengaruhi cara pandang dan bersikap.

Menurut Soeparwoto, (2004) faktor penyesuaian sosial dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor internal.

- 1) Motif, yaitu motif-motif sosial seperti motif berafiliasi, motif berprestasi dan motif mendominasi.

- 2) Konsep diri remaja, yaitu bagaimana remaja memandang dirinya sendiri, baik dari aspek fisik, psikologis, sosial maupun aspek akademik. Remaja dengan konsep diri tinggi akan lebih memiliki kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri yang menyenangkan dibanding remaja dengan konsep diri rendah, pesimis ataupun kurang yakin terhadap dirinya.
- 3) Persepsi remaja, yaitu pengamatan dan penilaian remaja terhadap objek, peristiwa dan kehidupan, baik melalui proses kognisi maupun afeksi untuk membentuk konsep tentang objek tertentu.
- 4) Sikap remaja, yaitu kecenderungan remaja untuk berperilaku positif atau negatif. Remaja yang bersikap positif terhadap segala sesuatu yang dihadapi akan lebih memiliki peluang untuk melakukan penyesuaian diri yang baik dari pada remaja yang sering bersikap negatif.
- 5) Intelegensi dan minat, intelegensi merupakan modal untuk menalar. Menganalisis, sehingga dapat menjadi dasar dalam melakukan penyesuaian diri. Ditambah faktor minat, pengaruhnya akan lebih nyata bila remaja telah memiliki minat terhadap sesuatu, maka proses penyesuaian diri akan lebih cepat.
- 6) Kepribadian, pada prinsipnya tipe kepribadian ekstrovert akan lebih lentur dan dinamis, sehingga lebih mudah melakukan penyesuaian diri dibanding tipe kepribadian introvert yang cenderung kaku dan statis.

b. Faktor eksternal

- 1) Keluarga terutama pola asuh orang tua. Pada dasarnya pola asuh demokratis dengan suasana keterbukaan akan lebih memberikan peluang bagi remaja untuk melakukan proses penyesuaian diri secara efektif.
- 2) Kondisi sekolah. Kondisi sekolah yang sehat akan memberikan landasan kepada remaja untuk dapat bertindak dalam penyesuaian diri secara harmonis.
- 3) Kelompok sebaya. Hampir setiap remaja memiliki teman-teman sebaya dalam bentuk kelompok. Kelompok teman sebaya ini ada yang menguntungkan pengembangan proses penyesuaian diri tetapi ada pula yang justru menghambat proses penyesuaian diri remaja.
- 4) Prasangka sosial. Adanya kecenderungan sebagian masyarakat yang menaruh prasangka terhadap para remaja, misalnya memberi label remaja negatif, nakal, sukar diatur, suka menentang orang tua dan lain-lain, prasangka semacam itu jelas akan menjadi kendala dalam proses penyesuaian sosial remaja.
- 5) Hukum dan norma sosial. Bila suatu masyarakat benar-benar konsekuen menegakkan hukum dan norma-norma yang berlaku maka akan mengembangkan remaja-remaja yang baik penyesuaian dirinya.

Secara umum faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian siswa di sekolah terdiri atas faktor internal dan eksternal. Faktor internal dengan faktor kekuatan yang ada dalam diri individu yang meliputi kondisi jasmaniah, penentu psikologis seperti kematangan, perkembangan sosial, moral, emosional

kecerdasan, bakat, dan minat. Sedangkan faktor eksternal sebagai faktor kekuatan yang berada diluar individu seperti iklim kehidupan keluarga, kehidupan sekolah dan masyarakat.

#### **4. Penyesuaian Sosial pada Siswa**

Perkembangan kepribadian pada dasarnya dipengaruhi oleh interaksi fakta internal dan eksternal individu. Menurut Hurlock (1990), dalam interaksi ini individu menyeleksi segala sesuatu dari lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan. Menurutnya, jika interaksi ini harmonis, maka dapat diharapkan terjadi perkembangan kepribadian yang sehat, sebaliknya jika tidak harmonis diduga akan muncul masalah perilaku.

Beberapa tugas perkembangan sosial pada masa remaja menurut Havighurst (dalam Yusuf, 2000) yaitu sebagai berikut :

- a. Mencapai hubungan sosial yang lebih matang dengan teman-teman sebaya, baik dengan teman sejenis maupun dengan lawan jenis.
- b. Mencapai peran sosial sebagai pria atau wanita artinya dapat menerima peranan masing-masing sesuai dengan ketentuan yang berlaku di masyarakat.
- c. Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial yang berlaku di dalam masyarakat.

Schneiders (1984) mengklasifikasikan fakta-fakta yang mempengaruhi perkembangan kepribadian sebagai berikut: (1) kondisi fisik (seperti hereditas, konstitusi fisik, sistem syaraf, sistem kelenjar, dan sistem otot); (2) Perkembangan dan kemasakan unsur-unsur kepribadian (misalnya kemasakan intelektual,



kematangan emosional, dan kemasakan moral); (3) unsur penentu psikologik (seperti pengalaman, proses belajar, konsep diri, dan kebiasaan); (4) kondisi lingkungan (situasi rumah, keadaan keluarga, sekolah, dan masyarakat); (5) unsur kebudayaan, termasuk di dalamnya pengaruh keyakinan dan agama.

Menurut Schneiders (1984), rumah, sekolah dan masyarakat merupakan aspek khusus dari kelompok sosial dan melibatkan pola-pola hubungan di antara kelompok tersebut dan saling berhubungan secara integral di antara ketiganya. Penyesuaian ini meliputi: (1) penyesuaian terhadap rumah dan keluarga. Penyesuaian ini menekankan hubungan yang sehat antar anggota keluarga, otoritas orangtua, kapasitas tanggung jawab, berupa pembatasan, dan larangan; (2) penyesuaian terhadap sekolah. Berupa perhatian dan penerimaan siswa atau antar siswa bersama partisipasinya terhadap fungsi dan aktivitas sekolah, manfaat hubungan dengan teman sekolah, guru konselor, penerimaan keterbatasan dan tanggungjawab, dan membantu sekolah untuk merealisasikan tujuan intrinsik dan ekstrinsik. Hal-hal tersebut merupakan cara penyesuaian terhadap kehidupan di sekolah; (3) penyesuaian terhadap masyarakat. Kehidupan di masyarakat menandakan kapasitas untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap realitas.

Keberhasilan siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan ini mengantarkannya kedalam suatu kondisi penyesuaian sosial yang baik dalam keseluruhan hidupnya sehingga siswa yang bersangkutan dapat merasa bahagia, harmonis dan dapat menjadi orang yang produktif. Namun sebaiknya apabila gagal, maka siswa akan mengalami ketidakbahagian atau kesulitan dalam kehidupannya.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial pada siswa adalah kemampuan siswa menjalankan tugas-tugas perkembangan dalam menyesuaikan lingkungan sosialnya seperti di rumah dan keluarga, sekolah dan masyarakat dengan menyeleksi segala sesuatu dari lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan diri dan sosial sehingga menghantarkan kondisi penyesuaian yang baik dan harmonis untuk perkembangan kepribadian siswa yang sehat.

## **5. Karakteristik Penyesuaian Sosial**

Karakteristik penyesuaian sosial remaja tersebut menurut Schneiders (1984:452-460) adalah sebagai berikut:

- a. Penyesuaian sosial di lingkungan keluarga, meliputi :
  1. Menjalin hubungan yang baik dengan para anggota keluarga (orangtua dan saudara).
  2. Menerima otoritas orangtua (mau mentaati peraturan yang ditetapkan orangtua).
  3. Menerima tanggung jawab dan batasan-batasan (norma keluarga).
  4. Berusaha untuk membantu anggota keluarga, sebagai individu maupun kelompok dalam mencapai tujuannya.
- b. Penyesuaian sosial di lingkungan sekolah
  1. Bersikap respek dan mau menerima peraturan sekolah.
  2. Berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan sekolah.
  3. Menjalin persahabatan dengan teman-teman di sekolah.
  4. Bersikap hormat terhadap guru, pemimpin sekolah, dan staf lainnya.

5. Membantu sekolah dalam merealisasikan tujuan-tujuannya.
- c. Penyesuaian sosial di lingkungan masyarakat
1. Mengakui dan respek terhadap hak-hak orang lain.
  2. Memelihara jalinan persahabatan dengan orang lain.
  3. Bersikap simpati, dan altruis terhadap kesejahteraan orang lain.
  4. Bersikap respek terhadap nilai-nilai, hukum, tradisi, dan kebijakan-kebijakan masyarakat.

## **B. Konsep Diri**

### **1. Pengertian Konsep Diri**

Hurlock (1990) mendefinisikan konsep diri sebagai pandangan individu mengenai dirinya. Konsep diri tersebut terdiri dari dua komponen, yaitu konsep diri sebenarnya dan konsep diri ideal. Konsep diri sebenarnya adalah gambaran mengenai diri, sedangkan konsep diri ideal adalah gambaran individu mengenai kepribadian yang diinginkannya.

Baron dan Byrne (2002) menjelaskan bahwa konsep diri adalah kumpulan keyakinan dan persepsi diri terhadap diri sendiri yang terorganisir. Artinya, konsep diri tersebut bekerja sebagai skema dasar. Sementara, Rahmat (2001) mengatakan bahwa konsep diri bukan sekedar gambaran deskriptif saja. Melainkan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri. Jadi konsep diri meliputi apa yang dipikirkan ada apa yang dirasakan tentang diri individu sendiri.

Atkinson (1991) membedakan konsep diri menjadi dua bagian yaitu konsep diri positif dan negatif. Individu yang mempunyai konsep diri yang positif akan memandang dunia dengan cara sangat berbeda dibandingkan individu yang

mempunyai konsep diri negatif. Individu yang mempunyai konsep diri yang positif dapat memahami dan menilai dirinya secara realitas dan objektif serta dapat menerima kelebihan dan kelemahan dirinya sehingga individu tersebut dapat pula memahami dan menerima pengalaman dan segala hal di luar dirinya secara realitas dan objektif. Hal ini berbeda dengan individu yang memiliki konsep diri yang negatif.

Berdasarkan pendapat dari beberapa tokoh tersebut, dapat disimpulkan definisi konsep diri adalah penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri yang meliputi pengetahuan tentang diri, pengharapan bagi diri sendiri, penilaian tentang diri sendiri serta apa yang dipikirkan dan apa yang dirasakan tentang diri sendiri, kelebihan dan kelemahan yang berpengaruh terhadap tingkahlaku individu.

## **2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri**

Menurut Hurlock (1991) banyak faktor dalam kehidupan remaja yang turut membentuk pola kepribadian melalui pengaruhnya pada konsep diri. Beberapa diantaranya sama dengan faktor pada masa kanak-kanak tetapi banyak yang merupakan akibat dari perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama masa remaja, diantaranya sebagai berikut :

### **a. Usia Kematangan**

Siswa yang matang lebih awal, diperlakukan seperti orang yang hampir dewasa, mengembangkan konsep diri yang menyenangkan sehingga dapat menyesuaikan diri dengan baik. Siswa yang terlambat matang diperlakukan seperti anak-anak, merasa salah dimengerti dan bernasib kurang baik, sehingga cenderung berperilaku kurang dapat menyesuaikan diri.

**b. Penampilan Diri**

Penampilan diri yang berbeda membuat siswa merasa rendah diri meskipun perbedaan yang ada, menambah daya tarik fisik. Tiap cacat fisik membuat sumber yang memalukan yang mengakibatkan perasaan rendah diri. Sebaliknya, daya tarik fisik menimbulkan penilaian yang menyenangkan tentang ciri kepribadian dan menambah dukungan sosial.

**c. Kepatutan Seks**

Kepatutan seks dalam penampilan diri, minat dan perilaku membantu siswa mencapai konsep diri yang baik. Ketidakepatutan seks membuat siswa sadar dan hal ini memberikan akibat buruk pada perilakunya.

**d. Nama dan Julukan**

Siswa peka dan merasa malu bila teman-teman sekelompok menilai namanya baik atau bila mereka memberi nama julukan yang bernada cemooh.

**e. Hubungan Keluarga**

Seorang siswa yang mempunyai hubungan yang erat dengan seorang anggota keluarga, akan mengidentifikasikan dengan orang ini dan ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama. Bila tokoh ini sesama jenis, siswa akan tertolong untuk mengembangkan konsep diri yang layak untuk jenis seksnya.

**f. Teman-teman Sebaya**

Teman sebaya mempengaruhi pola kepribadian siswa dalam dua cara. Pertama, konsep diri siswa merupakan cerminan dari anggapan tentang

konsep teman-teman tentang dirinya, dan kedua siswa berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang diakui oleh kelompok.

**g. Kreativitas**

Siswa yang semasa kanak-kanak didorong agar kreatif dalam bermain dan dalam tugas-tugas akademis, mengembangkan perasaan individualitas dan identitas yang memberi pengaruh yang baik pada konsep dirinya. Sebaliknya, siswa yang sejak awal masa kanak-kanak didorong untuk mengikuti pola yang sudah diakui kurang mempunyai perasaan identitas dan individualitas.

**h. Cita-cita**

Bila teman mempunyai cita-cita yang tidak realistik, siswa akan mengalami kegagalan. Hal ini akan menimbulkan perasaan tidak mampu dan reaksi-reaksi bertahan dimana siswa menyalahkan orang lain atas kegagalannya. Siswa yang realistik tentang kemampuannya, lebih banyak mengalami keberhasilan daripada kegagalan. Siswa akan menimbulkan kepercayaan diri dan kepuasan diri yang lebih besar untuk memberikan konsep diri yang lebih baik.

**3. Perkembangan Konsep Diri**

Konsep diri bukanlah merupakan faktor hereditas, melainkan faktor yang dipelajari dan terbentuk melalui pengalaman dan hubungan individu dengan orang lain. Hurlock (1994) mengatakan bahwa konsep diri terbentuk berdasarkan hubungan anak dengan orang lain, misalnya dengan orangtua dan anggota keluarga lainnya. Bagaimana mereka memperlakukan anak, apa yang mereka

katakan mengenai anak, dan bagaimana status anak dalam kelompok tempat ia mengidentifikasi diri, akan mempengaruhi perkembangan konsep diri anak.

Menurut Hurlock (1994), bayi yang baru lahir belum menyadari dirinya terpisah dari lingkungannya. Secara bertahap dengan adanya sensasi yang ia alami, baik dari segi fisiknya sendiri maupun lingkungannya maka anak mulai dapat membedakan dirinya dengan lingkungan. Kesadaran akan diferensiasi merupakan awal dari perkembangan konsep diri.

Hurlock (1994) merinci pola perkembangan konsep diri sebagai berikut:

**a. Konsep Diri Primer (*the primer self-concept*)**

Dibentuk berdasarkan pengalaman anak di rumah, sehingga tertanam bermacam-macam konsep diri, yang dihasilkan dari pengalaman dengan anggota-anggota keluarga yang berbeda seperti orangtua dan saudara-saudaranya.

Konsep diri primer meliputi citra dari fisik dan psikologis. Citra diri psikologis didasarkan atas hubungan anak dengan saudara-saudaranya tersebut. Demikian pula, pembentukan konsep-konsep permulaan dalam kehidupan mereka, aspirasi mereka, tanggung jawab mereka pada orang lain adalah didasarkan pada tuntutan dan bimbingan dari orangtua mereka.

**b. Konsep Diri Sekunder (*the secondary self concept*)**

Dengan bertambahnya hubungan anak di luar rumah maka anak memerlukan konsep diri dari orang lain terhadap dirinya, hal ini menimbulkan konsep diri sekunder. Jadi, konsep diri sekunder adalah bagaimana anak melihat diri mereka berdasarkan pandangan orang lain.

Konsep diri primer seringkali menentukan konsep diri sekunder. Perkembangan konsep diri sekunder akan dibentuk oleh kepercayaan diri yang mereka miliki. Contoh: pemilihan teman bermain bagi anak adalah orang yang menghargai mereka seperti yang dilakukan orangtua mereka.

Konsep diri yang terbentuk pada tahun-tahun awal kehidupan dikuatkan melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh kemudian hari ikut menentukan sikap individu dalam menghadapi berbagai situasi, dan orang lain ikut pula menentukan kualitas tingkahlaku individu.

#### **4. Aspek Konsep Diri**

Konsep diri pada usia remaja dalam penelitian ini menggunakan komponen konsep diri yang dikemukakan oleh Hurlock (1994):

- a. Komponen perseptual, yaitu image seseorang mengenai penampilan fisiknya dan kesan yang ditampilkan pada orang lain. Komponen ini sering disebut sebagai *physical self concept*.
- b. Komponen konseptual, yaitu konsepsi seseorang mengenai karakteristik khusus yang dimiliki, baik kemampuan dan ketidakmampuannya, latar belakang serta masa depannya. Komponen ini sering disebut sebagai *psychological self concept*, yang tersusun dari beberapa kualitas penyesuaian diri, seperti kejujuran, percaya diri, kemandirian, pendirian yang teguh dan kebalikan dari sifat-sifat tersebut.
- c. Komponen sikap, yaitu perasaan seseorang tentang diri sendiri, sikap terhadap statusnya sekarang dan prospeknya di masa depan, sikap terhadap harga diri dan pandangan yang dimilikinya.



## C. Kematangan Emosi

### 1. Pengertian Kematangan Emosi

Walgito (2004), mengemukakan bahwa emosi merupakan keadaan yang ditimbulkan oleh situasi tertentu (khusus), dan emosi cenderung terjadi dalam kaitannya dengan perilaku yang mengarah (*approach*) atau menyingkiri (*avoidance*) terhadap sesuatu, dan perilaku tersebut biasanya disertai dengan adanya ekspresi kejasmanian, sehingga orang lain dapat mengetahui seseorang sedang mengalami emosi. Emosi yang terkendali menyebabkan orang mampu berpikir secara lebih baik, melihat persoalan secara objektif (Walgito, 2004).

Kematangan sendiri merupakan suatu hasil akhir dari suatu perubahan dan perkembangan yang disertai perubahan perilaku yang mengangkat perubahan fisik. Selaras dengan yang dikemukakan oleh Monks (1992) bahwa adanya suatu kemampuan yang berfungsi dalam tingkat yang lebih tinggi dari suatu perkembangan sebagai hasil akhir dari pertumbuhan fisik yang matang.

Hurlock (1997) individu yang matang emosinya dapat dengan bebas merasakan sesuatu tanpa beban. Perasaannya tidak terbebani, tidak terhambat, dan tidak terkekang, tetapi bukan berarti ada ekspresi emosi yang berlebihan sebab adanya kontrol diri yang baik dalam dirinya sehingga ekspresi emosinya tepat atau sesuai dengan keadaan yang dihadapi. Kartono (1992) mengartikan kematangan emosi sebagai suatu keadaan atau kondisi mencapai tingkat kedewasaan dari perkembangan emosional, oleh karena itu pribadi yang bersangkutan tidak lagi menampilkan pada emosional seperti pada masa kanak-kanak. Seseorang yang telah mencapai kematangan emosi dapat mengendalikan emosinya.

Hurlock (1997) mendefinisikan kematangan emosi sebagai tidak meledaknya emosi di hadapan orang lain melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima. Menurutnya, petunjuk kematangan emosi adalah bahwa individu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya, seperti anak-anak atau orang yang tidak matang.

Berdasarkan uraian beberapa tokoh di atas, dapat disimpulkan bahwa kematangan emosi adalah suatu keadaan atau kondisi pencapaian perkembangan emosi yang menekankan pada pengekspresian emosi dengan suatu cara yang dapat diterima oleh orang lain untuk menyesuaikan diri, menempatkan diri, dan menghadapi berbagai kondisi maupun masalah dengan suatu cara tertentu dengan tetap respek pada orang lain.

## **2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kematangan Emosi**

Kematangan emosi dipengaruhi oleh beberapa faktor, menurut Young (Rachmawati, 2014) mengungkapkan faktor yang mempengaruhi kematangan emosi seseorang yaitu:

### **a. Faktor Lingkungan**

Lingkungan tempat individu tinggal termasuk di dalamnya adalah lingkungan keluarga dan lingkungan sosial masyarakat.

**b. Faktor Individu**

Adanya persepsi pada setiap individu dalam mengartikan suatu hal juga dapat menimbulkan gejolak emosi pada dirinya. Meliputi kepribadian yang dimiliki setiap individu.

**c. Faktor Pengalaman**

Pengalaman yang diperoleh individu selama hidupnya akan mempengaruhi kematangan emosi.

Hurlock (1994) merincikan hal-hal yang dapat mempengaruhi kematangan emosi adalah:

- a. Gambaran tentang situasi-situasi yang dapat menimbulkan reaksi emosionalnya.
- b. Membicarakan masalah pribadi dengan orang lain.
- c. Lingkungan sosialnya yang dapat menimbulkan rasa aman dan keterbukaan dalam hubungan sosialnya.
- d. Latihan fisik yang berarti bermain dan bekerja.
- e. Kebiasaan dalam memahami dan menguasai emosi-emosi dan nafsunya.

Untuk membantu individu dalam pencapaian emosi dapat dibedakan menjadi dua macam, antara lain:

**a. Usia**

Faktor usia tidak menjamin kematangan emosi seseorang, tetapi dengan bertambahnya usia seseorang akan lebih matang pula. Makin bertambah kemampuan seseorang tersebut maka akan mampu menerima berbagai hal

yang mungkin menimbulkan perasaan marah, takut, cemas dan sebagainya (Hurlock, 1994).

#### **b. Pengalaman**

Kematangan adalah produk belajar yang hanya akan dicapai melalui pelatihan, disiplin dan pengalaman bahwa potensi psikologis individu dapat digunakan agar secara emosional seseorang harus mengalami langsung berbagai peristiwa yang merangsang bangkitnya emosi (Hurlock, 1994).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi ada tiga, yaitu: lingkungan, individu dan pengalaman.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas, faktor-faktor yang mempengaruhi kematangan emosi adalah faktor usia, faktor lingkungan seperti gambaran situasi, lingkungan yang menimbulkan rasa aman dan keterbukaan. Faktor individual seperti mengungkapkan masalah pribadi pada orang lain, kebiasaan dalam memahami dan menguasai emosi-emosi dan nafsunya. Faktor pengalaman seperti, latihan disiplin, latihan fisik yang berarti bermain dan bekerja.

### **3. Ciri-ciri Individu yang Memiliki Kematangan Emosi**

Menurut Walgito (2004) orang yang matang emosinya mempunyai ciri-ciri antara lain:

- a. Dapat menerima keadaan dirinya maupun orang lain sesuai dengan objektifnya.
- b. Pada umumnya tidak bersifat impulsif, dapat mengatur pikirannya dalam memberikan tanggapan terhadap stimulus yang mengenainya.

- c. Dapat mengontrol emosinya dengan baik dan dapat mengontrol ekspresi emosinya walaupun dalam keadaan marah dan kemarahan itu tidak ditampakkan keluar.
- d. Dapat berpikir objektif sehingga akan bersifat sabar, penuh pengertian dan cukup mempunyai toleransi yang baik.
- e. Mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat berdiri sendiri, tidak mengalami frustrasi dan mampu menghadapi masalah dengan penuh penngertian.

Hurlock (1999) mengklasifikasikan kematangan emosi dalam beberapa kriteria sebagai berikut:

**a. Mampu Mengontrol Emosi**

Apabila seseorang tidak meledakan emosinya dihadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang dapat diterima oleh orang lain.

**b. Mampu Memberikan Reaksi Emosi yang Stabil**

Apabila seseorang mampu menilai situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional dan tidak bersifat impulsif, dengan demikian individu mengabaikan banyak rangsangan yang dapat menimbulkan ledakan emosi, sehingga individu tidak berubah-ubah dari satu suasana hati ke suasana hati yang lain.

### **c. Mampu Menggunakan Katarsis Emosi yang Stabil**

Apabila seseorang mampu melampiaskan ataupun meyalurkan emosinya dengan cara yang lebih tepat sehingga tidak merugikan dirinya maupun orang disekitarnya.

Jersild (dalam Sobur, 2003) menjelaskan ciri-ciri individu yang memiliki kematangan emosi, antara lain:

#### **a. Penerimaan Diri yang Baik**

Individu yang memiliki kematangan emosi akan dapat menerima kondisi fisik maupun psikisnya, baik secara pribadi maupun secara sosial.

#### **b. Kemampuan dalam Mengontrol Emosi**

Dorongan yang muncul dalam diri individu untuk melakukan sesuatu yang bertentangan. dengan nilai-nilai yang berlaku akan dapat dikendalikan dan diorganisasikan ke arah yang baik.

#### **c. Objektif**

Individu akan memandang kejadian berdasarkan dunia orang lain dan tidak hanya dari sudut pandang pribadi. Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri individu yang memiliki kematangan emosional adalah tidak impulsif, mempunyai tanggung jawab yang baik, dapat mengendalikan emosi, menerima keadaan dirinya, dan berpikir objektif.

Berdasarkan ciri-ciri di atas dapat disimpulkan bahwa ciri kematangan emosi yaitu: emosi yang stabil, menilai situasi secara kritis, emosi yang terkontrol, bersifat sabar dan penuh pengertian, mempunyai tanggung jawab yang baik, mampu berdiri sendiri dan tidak mudah mengalami frustrasi.

## D. Siswa

### 1. Pengertian Siswa (SMA)

Siswa merupakan salah satu komponen manusiawi yang menempati posisi sentral dalam proses pendidikan. Siswa menjadi pokok persoalan dalam tumpuan perhatian dalam semua proses transformasi yang disebut pendidikan. Sebagai salah satu komponen penting dalam sistem pendidikan, siswa sering disebut sebagai “*raw material*” (bahan mentah).

Menurut Tirtarahardja dan Sulo (2005), peserta didik (siswa) adalah individu berstatus subjek didik. Pandangan modern cenderung menyebut demikian ooleh karena peserta didik (tanpa pandang usia) adalah subjek atau pribadi yang otonom, yang ingin diakui keberadaannya. Selaku pribadi yang memiliki ciri khas dan otonom, ia ingin mengembangkan diri (mendidik diri) secara terus-menerus guna memecahkan masalah-masalah hidup yang dijumpai sepanjang hidupnya.

Perspektif Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 4 menyatakan “peserta didik diartikan sebagai anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan dirinya melalui proses pendidikan pada jalur jenjang dan jenis pendidikan tertentu.

Ciri-ciri siswa yang perlu dipahami adalah sebagai berikut (Tirtarahardja & Sulo, 2005):

- a. *Individu yang memiliki potensi fisik dan psikis yang khas, sehingga merupakan insan yang baik.* Anak sejak lahir memiliki potensi-potensi

yang ingin dikembangkan dan diaktualisasikan. Untuk mengaktualisasikannya membutuhkan bantuan dan bimbingan.

- b. *Individu yang sedang berkembang*; yaitu perubahan yang terjadi dalam diri siswa secara wajar, baik yang ditunjukkan kepada diri sendiri maupun ke arah penyesuaian dengan lingkungan. Sejak lahir bahkan sejak masih berada dalam kandungan ia berada dalam proses perkembangan. Proses perkembangan ini melalui suatu rangkaian yang bertingkat-tingkat. Tiap fase memiliki sifat-sifat khusus. Tiap fase berbeda dengan fase lainnya. Anak yang berada pada fase bayi berbeda dengan fase remaja, dewasa dan orangtua. Perbedaan-perbedaan ini meliputi perbedaan minat, kebutuhan, kegemaran, emosi, inteligensi, dan sebagainya.
- c. *Individu yang membutuhkan bimbingan individual dan perlakuan manusiawi*. Bayi yang baru lahir secara badani dan hayati tidak terlepas dari ibunya, seharusnya ia tumbuh berkembang menjadi dewasa ia sudah dapat hidup sendiri. Tetapi kenyataannya untuk kebutuhan hidupnya, ia masih menggantungkan diri sepenuhnya kepada orang dewasa, sepanjang ia belum dewasa.
- d. *Individu yang memiliki kemampuan untuk mandiri*. Pada diri anak ada kecenderungan untuk memerdekakan diri. Hal ini menimbulkan kewajiban pendidik dan orang tua untuk setapak demi setapak memberikan kebebasan dan akhirnya mengundurkan diri. Pada tahap ini si anak telah dapat berdiri sendiri dan bertanggung jawab sendiri.



Menurut Kemendiknas, Sekolah menengah Atas (SMA) adalah lanjutan dari jenjang pendidikan dasar. Dalam Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 18 ayat 2 dijelaskan bahwa pendidikan menengah terdiri atas Pendidikan Menengah Umum dan Pendidikan Menengah Kejuruan. Pada ayat 3 dijelaskan, pendidikan menengah berbentuk Sekolah Menengah Atas (SMA), Madrasah Aliyah (MA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) dan Madrasa Aliyah Kejuruan (MAK), atau berbentuk lain yang sederajat (Kemendiknas.go.id).

Berdasarkan beberapa definisi tentang siswa SMA yang disebutkan di atas dapat disimpulkan bahwa siswa SMA adalah individu yang mendapat pelayanan pendidikan selama 3 tahun dalam pendidikan formal dan telah menamatkan Sekolah Menengah Pertama sesuai dengan bakat, minat, dan berkembang dengan baik serta mempunyai kepuasan dalam menerima pelajaran yang diberikan oleh pendidiknya.

## **2. Karakteristik Siswa (SMA)**

Setiap periode perkembangan siswa dalam rentang kehidupan memiliki karakteristik tersendiri. Siswa memiliki karakteristik tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Masa remaja (12-21 tahun) merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa pencarian jati diri (*ego identity*).

Setiap siswa tumbuh dan berkembang selama perjalanan kehidupannya melalui beberapa periode atau fase-fase perkembangan. Setiap fase perkembangan mempunyai serangkaian tugas perkembangan yang harus diselesaikan dengan

baik oleh siswa. Menurut (Hurlock, 1999) sejumlah perkembangan yang harus diselesaikan dengan baik oleh siswa, yaitu sebagai berikut:

- e. Mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
- f. Mencapai peran sosial pria dan wanita.
- g. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakannya secara efektif.
- h. Mencari kemandirian emosional dari orangtua dan orang-orang dewasa lainnya.
- i. Mencapai jaminan kebebasan ekonomis.
- j. Memilih dan menyiapkan lapangan pekerjaan.
- k. Persiapan untuk memasuki kehidupan berkeluarga
- l. Mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep yang penting untuk kompetensi kewarganegaraan.
- m. Mencapai dan mengharapkan tingkahlaku sosial yang bertanggung jawab.
- n. Memperoleh suatu himpunan nilai-nilai dan sistem etika sebagai pedoman tingkahlaku.

Menurut Desmita (2011) dalam bukunya “*Psikologi Perkembangan Peserta Didik*”, masa remaja pada siswa SMA ditandai dengan sejumlah karakteristik penting, yaitu:

- a. Mencapai hubungan yang matang dengan teman sebaya.
- b. Dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat.
- c. Menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif.

- d. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya.
- e. Memilih dan mempersiapkan karier di masa depan sesuai dengan minat dan kemampuannya.
- f. Mengembangkan sikap positif terhadap pernikahan, hidup berkeluarga dan memiliki anak.
- g. Mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan sebagai warga negara.
- h. Mencapai tingkahlaku yang bertanggung jawab secara sosial.
- i. Memperoleh seperangkat nilai dan sistem etika sebagai pedoman dalam bertingkahlaku.
- j. Mengembangkan wawasan keagamaan dan meningkatkan religiusitas.

### **E. Kerangka Berfikir**

Teori utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori konsep diri oleh Hurlock (1994). Teori dan karakteristik kematangan emosi oleh Walgito (2004). Selanjutnya teori penyesuaian sosial oleh Schneiders (1984).

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dimana status remaja tidaklah jelas dan menimbulkan keraguan akan peran yang dilakukan. Karena pada masa transisi ini, remaja tidak mau lagi diperlakukan oleh lingkungan keluarga dan masyarakat sebagian anak-anak. Namun dilihat dari pertumbuhan fisik, perkembangan psikis (kejiwaan), dan mentalnya belum menunjukkan tanda-tanda dewasa. Dalam masa tersebut banyak perubahan yang terjadi diantaranya adalah perubahan fisik, perubahan emosi dan perubahan sosial (Hurlock, 1999).

Remaja memiliki tugas dalam perannya dalam bidang akademis yakni sebagai siswa. Siswa SMA tergolong remaja dilihat dari rentang usianya. Berdasarkan perkembangan usianya, siswa dihadapkan pada banyak persoalan. Salahsatunya adalah penyesuaian sosial. Penyesuaian sosial sangat penting dengan meningkatnya pengaruh kelompok sebaya, perubahan lingkungan, perubahan dalam perilaku sosial, pengelompokan sosial yang baru, nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial, dan sebagainya. Siswa harus belajar pola-pola tingkah laku sosial yang dilakukan orang dewasa dilingkungan mereka berada.

Keseluruhan proses hidup dan kehidupan individu akan selalu diwarnai oleh hubungan dengan orang lain, baik itu dengan lingkup keluarga, sekolah, maupun masyarakat secara luas, sebagai makhluk sosial, individu selalu membutuhkan pergaulan dalam hidupnya dengan orang lain, pengakuan dan penerimaan terhadap dirinya dari orang lain (Nurdin, 2009).

Hubungan dengan orang lain itu akan berlangsung sehat dan menyenangkan, apabila individu akan memiliki kemampuan penyesuaian yang memadai seperti yang akan diungkapkan oleh Hurlock (1994), orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik mempelajari berbagai keterampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan secara diplomatis dengan orang lain baik teman maupun orang yang tidak kenal sehingga sikap orang lain terhadap mereka menyenangkan.

Penyesuaian sosial sebagai salah satu aspek dari penyesuaian diri individu yang menuju kepada kesesuaian antara kebutuhan dirinya dengan keadaan

lingkungan tempat individu berada dan berinteraksi secara efektif dan efisien. Penyesuaian sosial akan terasa menjadi penting, manakala individu dihadapkan pada kesenjangan-kesenjangan yang timbul dalam hubungan sosialnya dengan orang lain. Betapapun kesenjangan-kesenjangan itu dirasakan sebagai hal yang menghambat, akan tetapi sebagai makhluk sosial, kebutuhan individu akan pergaulan, penerimaan, dan pengakuan orang lain atas dirinya tidak dapat dielakan sehingga dalam situasi tersebut, penyesuaian sosial akan menjadi wujud kemampuan yang dapat mengurangi atau mengatasi kesenjangan-kesenjangan tersebut (Nurdin, 2009).

Berkaitan dengan penyesuaian sosial, label yang diberikan pada siswa sebagai penerus anak bangsa dapat saja dipersepsi negatif atau positif oleh individu yang bersangkutan. Label yang dipersepsi negatif membuat individu menjadi terbebani, hal tersebut cenderung akan membawa efek negatif terhadap perkembangan sisi psikologisnya. Siswa akan merasa gagal dan terbuang ketika tidak dapat memenuhi tuntutan lingkungan, serta menjadi tidak percaya diri, merasa tidak berharga, dan rendah diri. Kondisi ini diperburuk dengan adanya fenomena di masyarakat yang menunjukkan bahwa aspek kognitif lebih dihargai daripada aspek sosial emosional. Hal tersebut dapat menimbulkan perasaan tertolak yang memicu munculnya konsep diri negatif pada siswa SMA Negeri 1 Ujung Batu sehingga berpengaruh buruk terhadap kehidupan sosialnya. Label yang dipersepsi positif oleh siswa membuat individu menjadi pribadi yang merasa berharga, percaya diri, dan berkemampuan tanpa harus menjadi sombong. Hal

tersebut dapat menunjang adanya penerimaan siswa terhadap keadaan dirinya, sehingga dapat membuat konsep diri siswa menjadi positif.

Masa puber (kira-kira 11-15 tahun) perlakuan orang lain sangat mempengaruhi konsep diri yang dapat menimbulkan sikap negatif atau positif terhadap diri sendiri. Misalnya anak sering dikatai bodoh oleh orang lain, ia akan memandang diri bodoh. Bagaimana orang lain memperlakukan dan menilai dirinya akan menentukan bagaimana cara anak dalam memandang dirinya sendiri. Anak yang mengembangkan konsep diri kurang baik pada masa kanak-kanak, di masa puber ini cenderung menguatkan konsep tersebut dengan perilakunya bukan memperbaikinya (Santrock, 2003).

Menginjak usia remaja, dalam memandang dirinya, siswa lebih spesifik dari pada anak-anak. Interaksi siswa dengan lingkungannya semakin luas dan membantu siswa dalam membentuk gambaran lebih lengkap mengenai dirinya sendiri. Pada masa anak, siswa hanya mempunyai penerimaan atau pandangan sempit tentang diri mereka. seperti "Siapakah saya?" atau "Apakah saya baik atau buruk?" Sedangkan remaja memiliki kepekaan lebih jauh tentang diri mereka, seperti "saya baik hampir disetiap waktu." "Saya berguna dalam keluarga." Siswa juga memiliki kepekaan lebih mendalam tentang sesuatu yang unik dari diri mereka. Hal ini disebabkan siswa lebih menyukai gambaran dirinya berbeda dengan orang lain. Namun dalam kenyataannya, siswa seringkali merasa tidak puas dengan keadaan dirinya, sehingga menempatkan diri lebih rendah dari orang lain dan memandang diri secara negatif (Respati, Yulianto & Widiana, 2006).

Konsep diri mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap perilaku individu, yaitu individu akan bertindak laku sesuai dengan konsep diri yang dimiliki (Rakhmat, 2000). Pernyataan tersebut didukung oleh Burns (1993) yang menyatakan bahwa konsep diri akan mempengaruhi cara individu dalam bertindak laku di tengah masyarakat.

Sedikides dan Skowronski, 1997 (dalam Baron & Byrne, 2002) menyatakan bahwa *self* berevolusi sebagai sebuah karakteristik adaptif. Aspek pertama yang muncul adalah kesadaran diri subyektif (*subjective self-awareness*); hal ini melibatkan kemampuan organisme untuk membedakan dirinya dengan lingkungan fisik dan sosialnya. Kemudian berkembang kesadaran diri objektif (*objective self-awareness*) yaitu kapasitas organisme untuk menjadi objek perhatiannya sendiri, menyadari keadaan pikirannya sendiri dan mengetahui bahwa ia tahu dan mengingat bahwa ia ingat. Hanya manusia yang telah mencapai tiga tingkat dari fungsi diri, disebut kesadaran diri simbolik (*symbolic self-awareness*) yaitu kemampuan untuk membentuk representasi kognitif diri yang abstrak melalui bahasa. Kemampuan ini membuat organism mampu untuk berkomunikasi, menjalin hubungan, menentukan tujuan, mengevaluasi hasil dan membangun sikap yang berhubungan dengan diri (konsep diri), dan membelanya terhadap komunikasi yang mengancam.

Hurlock (1990) menjelaskan bahwa individu dengan penilaian positif terhadap dirinya akan menyukai dan menerima keadaan dirinya sehingga akan mengembangkan rasa percaya diri, harga diri, serta dapat melakukan interaksi sosial secara tepat. Rasa percaya diri dan harga diri yang tumbuh seiring dengan

adanya keyakinan terhadap kemampuan dirinya membuat individu cenderung tampil lebih aktif dan terbuka dalam melakukan hubungan sosial dengan orang lain. Relasi sosial yang luas akan menjadikan individu mampu mengerti dan melakukan apa yang diharapkan oleh lingkungan, sehingga memudahkannya untuk menyesuaikan dengan keadaan lingkungan. Sebaliknya, individu dengan konsep diri negatif adalah individu yang mempunyai pandangan negatif terhadap dirinya, individu menilai dirinya sebagai figur yang mengecewakan. Penilaian yang negatif terhadap diri sendiri akan mengarah pada penolakan diri, sehingga individu akan cenderung mengembangkan perasaan tidak mampu, rendah diri, dan kurang percaya diri. Individu merasa tidak percaya diri ketika harus berpartisipasi dalam suatu aktivitas sosial dan memulai hubungan baru dengan orang lain. Penolakan diri juga dapat memicu munculnya sikap agresif dan perilaku negatif, sehingga individu menjadi tertutup dan kurang tertarik untuk menjalin hubungan sosial dengan orang lain.

Pudjijogyanti (dalam Respati, Yulianto & Widiani, 2006) mengatakan, selain keluarga dan teman, konsep diri juga dapat terbentuk dari interaksi guru dan murid saat anak memasuki masa sekolah. Di sekolah remaja mulai mengenal dan berinteraksi dengan guru serta memperoleh tugas-tugas baru. Dapat atau tidaknya siswa mengerjakan tugas-tugas itu akan memberikan pengaruh pada konsep diri. Kemungkinan dapat terjadi seorang remaja, yang masuk sekolah dengan konsep diri positif, siswa akan mengubahnya ke arah negatif bila gurunya bertindak laku negatif terhadapnya. Pembentukan konsep diri siswa ini tidak hanya dipengaruhi



oleh orang tua karena guru juga berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri positif siswa.

Berdasarkan uraian di atas terlihat bahwa konsep diri seseorang, yaitu cara pandang dan penilaian individu pada dirinya sendiri akan berpengaruh terhadap kehidupan sosial seseorang, terutama pada penyesuaian sosialnya. Konsep diri yang positif cenderung menimbulkan perasaan yakin terhadap kemampuan diri, percaya diri dan harga diri, sehingga akan membuat individu bersifat terbuka mudah dalam melakukan relasi sosial. Konsep diri yang negatif cenderung akan menimbulkan perasaan tidak mampu dan penolakan terhadap diri sendiri, sehingga akan menyulitkan individu dalam relasi sosialnya.

Penyesuaian sosial sebagai suatu proses penyesuaian diri berlangsung secara berkelanjutan dimana dalam kehidupannya, seseorang akan dihadapkan pada dua realitas, yakni diri dan lingkungan disekitarnya. Hampir sepanjang kehidupannya seseorang selalu membutuhkan orang lain untuk dapat berinteraksi satu sama lain. penyesuaian sosial dapat diartikan sebagai kemampuan dan keberhasilan penyesuaian individu dalam berinteraksi dengan orang lain dalam situasi-situasi tertentu secara efektif dan sehat (Nurdin, 2009).

Kehidupan masa siswa memang diliputi oleh keadaan-keadaan yang memungkinkan timbulnya ketegangan atau gangguan emosional dan gangguan ini dapat mengakibatkan emosi remaja menjadi tidak stabil. Puncak dari perkembangan emosi adalah kematangan emosi yang merupakan nilai-nilai dasar pribadi. Menurut Sarwono (2012), apabila siswa tidak berhasil mengatasi situasi kritis dan terlalu mengikuti gejala emosi, maka besar kemungkinan akan

terperangkap masuk ke jalan yang salah. Kasus-kasus penyalahgunaan obat, penyalahgunaan seks atau kenakalan remaja lainnya sering kali disebabkan oleh kurang adanya kemampuan dalam mengarahkan emosinya secara positif.

Ketidakjelasan terhadap peran atau posisi diri membuat siswa masih mencari-cari pegangan yang dapat digunakan sebagai acuan agar eksistensinya diakui oleh lingkungan. Proses pencarian tersebut akan mengakibatkan banyaknya informasi ataupun pengaruh lain masuk ke dalam diri remaja. Havighurst (Hurlock, 1999) mengemukakan bahwa remaja mempunyai serangkaian tugas perkembangan yang harus dijalaninya secara bertahap agar remaja dapat belajar mandiri baik secara fisik maupun psikis. Salah satu tugas perkembangan yang harus dijalani siswa adalah mencapai peran sosial pria dan wanita, mencari kemandirian emosional dari orang yang lebih dewasa, mengembangkan keterampilan intelektual (konsep diri), dan mencapai tingkah laku sosial yang bertanggung jawab.

Hurlock (2002) berpendapat bahwa individu yang matang emosinya memiliki kontrol diri yang baik, mampu mengekspresikan emosinya dengan tepat atau sesuai dengan keadaan yang dihadapinya, sehingga lebih mampu beradaptasi karena dapat menerima beragam orang dan situasi dan memberikan reaksi yang tepat sesuai dengan tuntutan yang dihadapi.

Emosi yang terkendali menyebabkan seseorang mampu berpikir secara baik, melihat persoalan secara objektif (Walgito, 2004). Kematangan emosi sebagai keadaan seseorang yang tidak cepat terganggu rangsang yang bersifat emosional, baik dari dalam maupun dari luar dirinya, selain itu dengan matangnya emosi

maka individu dapat bertindak tepat dan wajar sesuai dengan situasi dan kondisi dengan tetap mengedepankan tugas dan tanggung jawabnya, sehingga dengan kematangan emosi yang dimilikinya, individu mampu menyesuaikan diri dalam lingkungannya.

Mengutip pernyataan Kartono (Putri, 2010) bahwa kematangan emosi individu merupakan keadaan yang akan sangat membantu proses penyesuaian diri, karena adanya kematangan tersebut menunjukkan bahwa individu yang sudah mampu menyelaraskan antara dorongan-dorongan dari dalam diri dengan tuntutan-tuntutan lingkungan. Jadi diharapkan bagi remaja meskipun mereka memiliki kekurangan baik secara fisik dan mental namun mereka mampu untuk melakukan penyesuaian diri bila didukung dengan adanya kematangan emosi.

Siswa yang belum memiliki kematangan emosi, diduga belum memiliki konsep diri dengan baik. Individu yang memiliki konsep diri dengan baik memiliki kemampuan baik dalam penyesuaian dengan lingkungan sosialnya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Dariyo (2004) individu yang memiliki konsep diri yang baik akan memiliki kemampuan dalam penyesuaian dengan lingkungan sosial dengan baik. Dapat dikatakan bahwa penerimaan atau penolakan terhadap suatu informasi yang masuk tergantung daripada konsep diri yang dimiliki oleh siswa tersebut.

Dalam perspektif psikoanalisis, beberapa hal yang mempengaruhi baik buruknya penyesuaian sosial remaja berasal dari beberapa sebab. Penyebab terjadinya penyesuaian yang buruk antara lain adalah bagaimana individu menilai dirinya (konsep diri) terhadap kelainan, cacat jasmani, status sosial ekonomi

rendah pada keluarga miskin, keluarga yang *broken home*, sikap salah orangtua terhadap anak, dan penilaian lebih terhadap jenis kelamin laki-laki dari pada anak perempuan. Mobilitas orangtua, anak-anak adopsi, pengalaman emosi, (kematangan emosi) kekurangan hubungan sosial, tidak ada kelompok sebaya, ketiadaan tempat bermain, perbedaan ras dan agama (Prawira, 2012).

Dinamika perubahan psikologis yang tidak terkontrol akan memungkinkan remaja mengalami kesulitan penyesuaian sosial. Kematangan emosi dan konsep diri sebagai konstruk psikologi positif yang berkembang dengan baik akan menurunkan potensi remaja kesulitan dalam penyesuaian sosial sehingga menimbulkan dampak negatif. Misalnya, perkelahian remaja secara psikologis disebabkan konflik batin, mudah frustrasi, memiliki emosi yang labil, tidak peka terhadap perasaan orang lain, dan perasaan rendah diri (Tambunan dalam Muawanah, 2012).

Komposisi kematangan emosi dan konsep diri kemungkinan besar membangkitkan penyesuaian sosial. Penelitian Muawanah (2012) menunjukkan kematangan emosi dan konsep diri berhubungan ko-linier. Sifat hubungan kedua variabel tidak terpisahkan, kematangan emosi ada di dalam konsep diri, dan konsep diri ada di dalam kematangan emosi. Remaja yang matang emosinya adalah remaja yang konsep dirinya berkembang baik. Remaja konsep dirinya berkembang dengan baik adalah remaja yang matang secara emosional.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini akan mencoba menguji hipotesis bahwa ada hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan

penyesuaian sosial pada siswa. Semakin tinggi konsep diri dan kematangan emosi maka kecenderungan penyesuaian sosial siswa akan tinggi pula dan sebaliknya.

#### **F. Asumsi**

1. Salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit berhubungan dengan penyesuaian sosialnya.
2. Agar penyesuaian sosial remaja dapat berjalan secara baik, maka remaja dituntut matang secara psikologis
3. Konsep diri atau cara pandang dan penilaian individu pada dirinya sendiri akan mempengaruhi kehidupan sosialnya.
4. Individu yang matang emosinya memiliki kontrol diri yang baik, mampu mengekspresikan emosinya dengan tepat. Kemampuan dalam mengontrol emosi ini sangat mendukung remaja dalam penyesuaian sosial.

#### **G. Hipotesis**

1. Ada hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian sosial siswa SMA Negeri 1 Ujung Batu.
2. Ada hubungan antara kematangan emosi dengan penyesuaian sosial siswa SMA Negeri 1 Ujung Batu.
3. Ada hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan penyesuaian sosial siswa SMA Negeri 1 Ujung Batu.